

ほけんだより 5月

ひと み
おうちの人と見てね!

東湊小学校保健室
令和5年5月16日

あた かくね
新しい学年がスタートしてからあつという間に1か月が過ぎました。GW明けも
めいぜんいん とうこう
184名全員が登校し、とっても嬉しいです! そろそろ 新しい環境で1か月間
つか からだ ころろ
がんばってきた疲れが体や心に出てきているのでは…? そんなときは、肩の力を
ぬ
抜いてがんばりすぎず、ぼちぼち…の気持ちで過ごしてみましょう。

じゅぎょうちゅう かつぱつ こえ やす しかん ちから あそ すがた
授業中の活発な声、休み時間の力いっぱい遊ぶ姿にいつも元気をもらっています😊



まだまだ続きます 健康診断



じ び か けんしん
耳鼻科検診: 5月18日(木)

が ん か けんしん
眼科検診: 5月23日(火)

じょうけんさじかいがいしゅうび
尿検査次回回収日: 5月30日(火)

な い か けんしん
内科検診: 6月15日(木)



わかること。わからないこと。



けん こう しん だん けつ か かなら かく にん
健康診断の結果は必ず確認しましょう

じゅしん ひと ひと はや びょういん
「受診のおすすめ」をもらった人や、気になるところがある人は、早めに病院へ

健康診断の結果について

健康診断の結果、病気の疑いや異常が見つかった人にお知らせをお渡しています。
お知らせが届いたら、早めに専門医に相談され、治療や検査を受けて下さい。
(特に、耳鼻科・眼科・内科・聴力はプールが始まる前までにお願ひします)

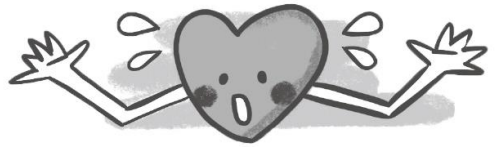
★受診されましたら、結果を学校まで提出して下さい。

★特に異常がなかった場合、お知らせはありません。

(歯科検診のみ全員にお知らせしています)

★学校では疑いのある人にもお知らせしています。病院で「異常なし」と診断されることもあります。

5月病がつ びょうになっていませんか？



あたら かんきょう とも きんちよう
新しい環境や友だちに緊張



れんきゆう き も ゆる
連休で気持ちが緩む



れんきゆう あ たいちよう ふりよう
連休明けに体調不良…



こんなことをしてみましょう

なに かんが じ かん つく
何も考えない時間を作る

ねむ
ぐっすり眠る

しん らい ひと そう だん
信頼できる人に相談する

す
好きなことをする

～新型コロナ出席停止の対応が変わります～

新型コロナウイルス感染症が5類感染症になったことから、出席停止の対応が変更されます。下記の表をご確認ください。

場合	今まで	これから
本人が新型コロナに感染	出席停止 保健所より指示を受けた期間	出席停止 目安は、 <u>発症した後5日を経過し、かつ、 症状が軽快した後1日を経過するまで</u> ※発症から10日を経過するまではマスクの着用をお願いします。
本人の風邪症状	出席停止	欠席
家族が新型コロナ感染	出席停止	登校
家族の風邪症状	出席停止	登校

※感染の疑いや感染のおそれのある場合（流行時等）は、出席停止の対応を変更する場合があります。

※同居家族に高齢者や基礎疾患のある方がいる場合等、やむを得ず児童を休ませる必要がある場合は、学校までご相談ください。